



Warszawa
Bielany

Zadanie współfinansowane ze środków Urzędu Dzielnicy Bielany m.st. Warszawy

Zwiewna Piątka 5

Postanowienia ogólne:

1. Podczas rejestracji obowiązuje opłata startowa w wysokości 35 zł od uczestnika w biegu głównym na dystansie 5 km oraz 10 zł w biegach dzieci płatna przez system zgłoszeń -online w formularzu zapisów.

2. Formularz elektroniczny zostaje otwarty dla wszystkich chcących wziąć udział w biegu/marszu.

3. Limit startujących uczestników na dystansie 5 km to: 200 uczestników

Limit startujących w biegach dzieci to: 100 uczestników

Nagrody:

Medale dla wszystkich uczestników biegu.

I,II,III m-ce Open K i M w biegu na 5 km (statuetki)

I m-ce w kategorii Najstarszy uczestnik i Najstarsza uczestniczka K+M (statuetki)

I m-ce w kat.: 16 – 35, 36 – 45, 46 + K i M (statuetki)

* Zwycięzcy Open nie są nagradzani w kat. wiekowej (zostaje nagradzana kolejna/-y uczestnik biegu).

Cel imprezy:

1. Upowszechnianie biegania jako najprostszej formy ruchu;
2. Popularyzacja biegania na terenie obszarów leśnych;
3. Promowanie zdrowego stylu życia oraz integracja pokoleń mieszkańców miasta i regionu;
4. Popularyzacja biegów przełajowych.

Organizator:

1. Urząd Dzielnicy Bielany m.st. Warszawy
2. Fundacja Polskiej Sztafety 4x400 M

Termin, Miejsce, Dystans, Godzina

1. Impreza odbędzie się **w dniu 24 czerwca(środa)** na terenie Lasu Młocińskiego.

Bieg główny – Zwiewna Piątka 5 na dystansie 5 km

Biegi dziecięce 3 kategorie wiekowe:

Kat. I do 6 lat-100 m

Kat. II 7-11 lat 300 m

Kat. III 12-15 lat – 1000 m

Godziny startów:

Oficjalne rozpoczęcie imprezy nastąpi od godz. **19.00 w dniu 24 czerwca 2026 roku**

17:30-18:45 godziny pracy Biura Zawodów

18:15- 18.45 - Start biegów dzieci

18:50 -19.00- Rozgrzewka przy muzyce

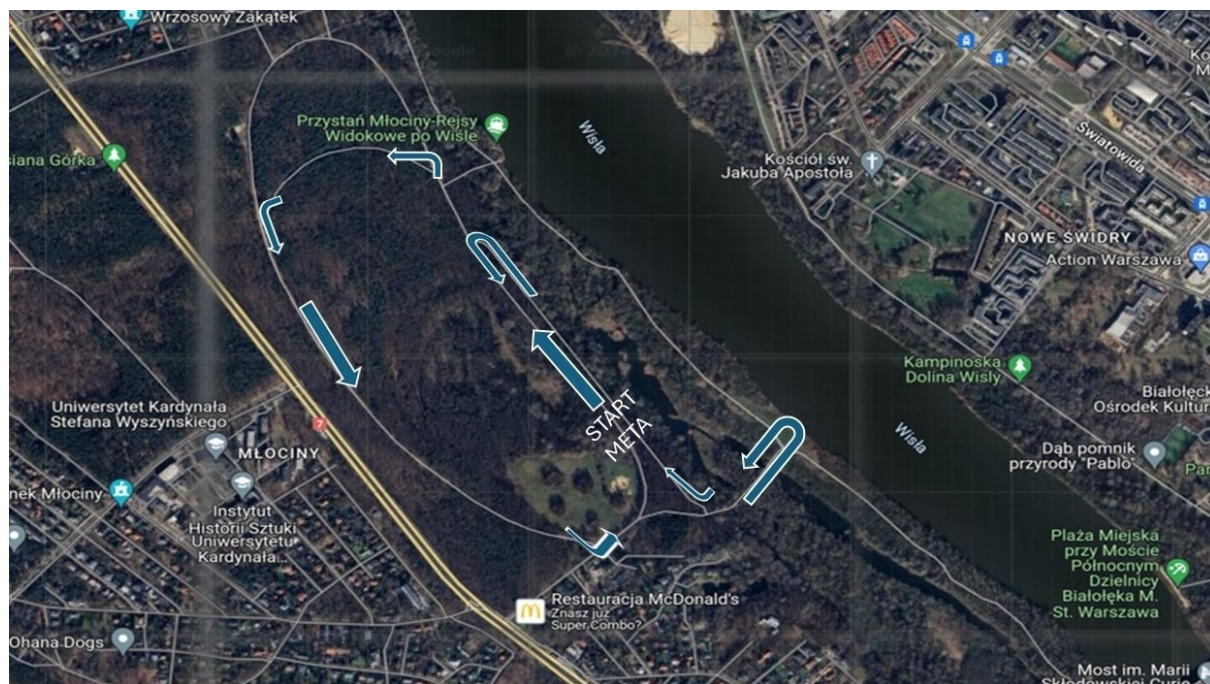
19.05 - Bieg główny na dystansie 5 km

ok.20:15- Ceremonia dekoracji

Lokalizacja:

1. Impreza odbędzie się w Warszawie – Las Młociński (wjazd od ul. Papirusów).

– Mapka/Zdjęcie poglądowe trasy:



2. Trasa biegu będzie oznakowana. Bieg dodatkowo poprowadzi pilot na rowerze.
3. Do pomiaru czasu wykorzystywany będzie [system chipowy foxter-sport.pl](https://foxter-sport.pl)
Dotyczy biegu głównego na dystansie 5 km.
4. Obowiązuje limit czasu do ukończenia biegu głównego wynoszący 60 min. Jeżeli zawodniczka/-k nie ukończy biegu przed upływem powyższego limitu czasowego, nie zostanie sklasyfikowana/-y

Zgłoszenia/Rejestracja Elektroniczna:

1. Zapisy zostaną uruchomione w dniu **05.04.2026 o godz. 21:00** dla wszystkich za pomocą [Formularza elektronicznego: foxter-sport.pl](https://foxter-sport.pl)
2. O zapisie na bieg/marsz decyduje kolejność zgłoszeń przez formularz elektroniczny oraz zaksięgowanie opłaty startowej.
3. Wszystkie zgłoszenia elektroniczne przyjmowane będą do dnia **22 czerwca 2026 do godziny 12.00** lub do wcześniejszego wyczerpania limitu.
4. Po weryfikacji zgłoszeń, w przypadku wolnych miejsc, zostanie uruchomiona druga tura zapisów.
Informacja o takiej ewentualności zostanie opublikowana na stronie fb Fundacja Polskiej Sztafety 4x400 M
5. Każdy uczestnik może wykorzystać/zarejestrować tylko jeden pakiet startowy podczas zgłoszenia.
6. W procesie rejestracji [elektronicznej na jeden adres mailowy można zapisać jedną osobę.](#)
7. Wszelkie zmiany dotyczące zapisu przez elektroniczny system zgłoszeń (poprawa błędów, zmiana danych, przepisanie pakietu) są możliwe **do dnia 22 czerwca 2026 do godziny 18:00** po zgłoszeniu mailowym na adres fundacjasztafeta400@gmail.com. Po upływie w/w terminu zmian można dokonać tylko i wyłącznie na miejscu w biurze zawodów w dniu imprezy.
8. Organizator zastrzega możliwość zmiany limitu uczestników w biegach o czym poinformuje na stronie fb Fundacja Polskiej Sztafety 4x400 M.
9. [Podczas rejestracji obowiązuje opłata startowa w wysokości 35 zł od uczestnika płatna przez system online w formularzu zapisów.](#)

OPŁATA STARTOWA W DNIU BIEGU MOŻLIWA W BIURZE ZAWODÓW KOSZT 50 ZŁ- PŁATNOŚĆ TYLKO GOTÓWKĄ – POD WARUNKIEM WOLNYCH MIEJSC

10. Limit startujących uczestników to 200 osób na dystansie 5 km

11. Limit startujących w biegach dzieci to 100 uczestników (łącznie we wszystkich biegach)

12. Biegi dzieci – **opłata wynosi 10 zł** i jest płatna na miejscu w Biurze zawodów GOTÓWKĄ lub elektronicznie poprzez panel elektroniczny.

Biuro zawodów:

1. Termin pracy biura zawodów: - 24 czerwca (środa) 2026 godziny 17:30-18:45

(okolice miejsca Start/Meta)

2. Numery startowe wraz z chipami będą wydawane w biurze zawodów po okazaniu dokumentu tożsamości (dowodu osobistego)

3. Odbiór pakietu startowego w imieniu osoby trzeciej jest możliwy na podstawie podpisanego oświadczenia tej osoby oraz kserokopii dowodu osobistego zgłoszonego zawodnika.

4. W dniu imprezy, nieodebrane do godz. 18:45 pakiety startowe wracają do puli wolnych miejsc i mogą zostać rozdysponowane przez Organizatora uczestnikom zapisanym na listę rezerwową.

Wpisanie na listę rezerwową odbywać się będzie w biurze zawodów.

Opłata startowa pakietów z wolnej puli w dniu zawodów będzie wynosiła 50 zł/pakiet i zostanie przekazana na cel charytatywny.

Zapisy przyjmowane będą do wyczerpania wolnych miejsc z puli rezerwowej.

5. **Za osobę zgłoszoną uważa się osobę, która wniosła opłatę startową a jej nazwisko pojawiło się na liście startowej biegu (zapisy elektroniczne) lub w przypadku wolnych miejsc – poprawnie wypełniła i złożyła w biurze zawodów formularz zgłoszeniowy (zapisy w dniu startu).**

Warunki uczestnictwa:

1. W biegu może wziąć udział każdy kto w dniu imprezy będzie miał ukończone 16 lat oraz dostarczy pisemną zgodę opiekuna prawnego, który w imieniu osoby niepełnoletniej złoży wymagane oświadczenia w biurze zawodów.

2. Wszyscy pełnoletni zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w biurze zawodów w dniu biegu i złożyć własnoręczny podpis pod oświadczeniem o udziale w biegu na własną odpowiedzialność.

3. Zawodnicy niepełnoletni muszą podczas weryfikacji pojawić się z opiekunem prawnym.

4. Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi ew. konsekwencje.

Wszyscy uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwością odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci).

Osobiste potwierdzenie udziału w biegu oznacza, że uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w biegu i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w biegu;

5. Uczestnik zobowiązany jest do podpisania oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w biegu.

W przypadku niepodpisania oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych, uczestnik nie zostanie dopuszczony do udziału w biegu przez Organizatora.

6. Organizator zaleca Uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w biegu.

7. Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania przepisów Kodeksu Ruchu Drogowego oraz bezwzględnego wykonywania poleceń służb odpowiedzialnych za kierowanie ruchem drogowym w tym Policji i Straży Miejskiej, Straży Leśnej a także pozostałych służb zabezpieczających trasę biegu z ramienia Organizatora.

8. Uczestnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla potrzeb organizatora oraz na wykorzystywanie ich wizerunku w celu promocji oraz dokumentowania zawodów.

9. Uczestnicy wyrażają zgodę na wykorzystywanie danych osobowych zawartych na karcie zgłoszeniowej (zgodnie z warunkami określonymi w rozporządzeniu Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE) przez Organizatora w zakresie i przez okres niezbędny dla organizacji, przeprowadzenia i promocji biegu **Zwiewna Piątka 5**. Przetwarzanie danych obejmuje także publikację wizerunku uczestnika, imienia i nazwiska wraz z datą urodzenia – każdy sposób, w jaki publikowana lub rozpowszechniana będzie taka informacja dla potrzeb organizacji biegu.

10. Zgoda na wykorzystywanie danych osobowych jak i publikacja jest dobrowolna, ale nie wyrażenie na to zgody, uniemożliwia wzięcia udziału w biegu. Uczestnik ma prawo cofnąć zgodę w każdym czasie (dane przetwarzane są do czasu cofnięcia zgody) wysyłając informację na adres: fundacjasztafeta400@gmail.com bądź na dane adresowe fundacji.

Uczestnik ma prawo do:

- a) dostępu do danych,
- b) sprostowanie,
- c) usunięcie lub ograniczenie przetwarzania,
- d) prawo sprzeciwu,
- e) prawo wniesienia skargi do organu nadzoru – Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych lub
- f) przeniesienia danych.

11. Obowiązuje całkowity zakaz startowania w biegu ze zwierzętami.

Świadczenia dla uczestników:

1. Wszyscy uczestnicy zawodów, którzy zapiszą się do biegu i zostaną zweryfikowani w biurze zawodów otrzymają bon żywnościowy i wodę.

Inne postanowienia:

1. W biegu głównym na dystansie 5 km oraz marszu przeprowadzony zostanie elektroniczny pomiar czasu. Każdy zawodnik musi posiadać przytwierdzony do lewej lub prawej nogi do wysokości kostki chip identyfikacyjny służący do elektronicznego pomiaru czasu.

Nie można chować chipa do torebek, kieszeni i powyżej kostki. Umieszczenie chipa w innym miejscu lub jego zdjęcie w trakcie biegu spowoduje dyskwalifikację uczestnika.

Przy wypożyczeniu chipa nie będzie pobierana kaucja. Zawodnicy, którzy nie dokonają zwrotu chipa bezpośrednio po ukończeniu biegu, zostaną zdyskwalifikowani.

2. Interpretacja niniejszego regulaminu należy wyłącznie do Organizatora Biegu.

3. Protesty dotyczące imprezy można wnieść pisemnie na miejscu do Biura Zawodów lub w siedzibie Organizatora w czasie do 1 godziny od zakończenia Biegu. Protesty wniesione po tym czasie nie będą rozstrzygane.

4. Informacje nt. biegu udzielane będą w biurze zawodów.

5. Wyniki Biegu dostępne będą na stronie fb Fundacja Polskiej Sztafety 4X400 M

6. Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej wobec uczestników Biegu.

7. Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu i paramedycznemu zatrudnionemu w imieniu Organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu Uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce.

8. Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione przez zawodników w innych miejscach niż depozyt.

9. Zwrot chipów bezpośrednio po zakończeniu biegu za linią mety.

10. Organizator zastrzega sobie prawo zmian Regulaminu w każdym czasie.

Kontakt do organizatora:

Fundacja Polskiej Sztafety 4x400 M

Tel. 503 095 866

Email: fundacjasztafeta400@gmail.com



**FUNDACJA
POLSKIEJ SZTAFETY
4X400M**